Prof. Dr. HONORIO F. DELGADO
Catedrático de la Universidad
Miembro de la Academia Nacional de Medicina
Médico Jefe de Servicio en el Asilo de Alienados
" LARCO HERRERA "
Fundador del Seminario Psicopedagógico

La Higiene Mental

Programa sintético para iniciar su institución en el Perú, solicitado por la Academia Nacional de Medicina.

LIMA 1922

SANMARTI Y CIA.

El concepto vulgar de la higiene mental es muy estrecho; se piensa en ella sólo cuando se presenta la cuestión de la dosificación del trabajo o del sueño, o cuando se trata del problema de la fatiga o de aquellos de la vida pasional; se conceptúa que no tiene mayor alcance práctico que el sesquipedal de la confección de horarios escolares o restricciones individuales y domésticas, en vista de evitar el agobio cerebral o acaso la "neurastenia", según el vago y descaminado concepto de los profanos. Pero, en realidad, muy otra es la latitud de su dominio y el significado de sus beneficios.

Para condicionar el máximo bienestar y vigor del género humano, para propender a la buena conservación de los caracteres biológicos apreciables del hombre, y el mejoramiento posible de aquellos que lo han menester, es para lo que existe la higiene, en su doble aspecto, genético y actual, es decir, eugénico y euténico. La higiene mental tiene como dominio propio los caracteres psicológicos. con sus condiciones somáticas y sociales. Ella propende a evitar toda adaptación dispsíquica, en primer término, y a alcanzar el óptimum en la vida mental y en la conducta de los eupsíquicos, o sean las personas normales. La higiene mental es tan importante como la física, o acaso más, aunque el pensamiento común no lo reconoce todavía. En efecto, en boca de todo el mundo está el aforismo aquel de *mens sana in corpore sano*, mas no se encuentra, ni en libros de autores reputados, la contraparte del mismo: *corpus sanum in mente sana*, no obstante que es igualmente fundada, teniendo además la particularidad a su favor de que es más eficiente y susceptible de más amplia aplicación.

Veámoslo. La conducta del sujeto humano en el mundo en que vive, depende, en todas sus partes, del modo como sabe adaptarse a las condiciones de éste. y tal adaptación depende, a su

Biblioteca Enrique Encinas | Hospital Víctor Larco Herrera

vez, aparte de sus condiciones biológicas innatas, de la actividad funcional del individuo en cuestión. Esta actividad tiene su máximum de poder directivo y creador en las funciones más elevadas, y, por ende, más complicadas del organismo, o sean las mentales. Ahora bien, esto equivale a decir que, en la vida del hombre, lo más decisivo no son sus funciones somáticas, sino las mentales; más dinámicas y transformadoras de la vida misma y del medio (que condiciona a ésta), ellas son las que determinan en mayor proporción la salud general, el bienestar o el malestar de las personas, ya que esas funciones tienen el timón de los seres en su desarrollo, en su edificación, así como en su sostenimiento y modificación en el individuo ya adulto. Los particulares modos de reaccionar que adquiere el sujeto durante su educación (o lo que se llama tal), las habilidades o inhabilidades, los hábitos de pensar, sentir y comportarse, las reacciones emocionales y sociales, los conceptos básicos de la vida, las actitudes mentales ante los diversos problemas de la existencia cotidiana, los conocimientos (o desconocimientos) de sí mismo, y sus infinitas derivaciones en el dominio del temperamento y el carácter, son factores tan importantes, que ante ellos toda otra consideración de orden físico tiene un valor subalterno, derivado o dependiente, en la mayor parte de los casos, de estos factores mentales. Una epidemia, un vicio social, un crímen, aunque, en apariencia, no tengan más determinante que el inmediato, es decir, el microbio patógeno, el alcohol, el oro, pongo por caso, analizando su determinismo con visión amplia, se advierte que la primera causa no es material sino de orden psicológico: ignorancia, mengüada tabla de valores morales, mala adaptación emocional o falta de organización institucional (dependiente de factores intelectuales o caracterológicos de los hombres del poder): causas todas que la higiene mental, bien conducida, puede evitar y a veces remediar, gracias a la orientación pedagógica en vista de las necesidades prácticas y humanas del sujeto, considerando, por consiguiente, la psicología del niño a educar como lo esencial, y todo lo demás como medios, como instrumentos subordinados a aquel fin; gracias al adecuado condicionamiento neuroautonómico-afectivo; gracias a la educación de los sentimientos y al fomento de la acendración del criterio moral, sobre la sólida base de la sublimación de los instintos ingénitos—hambre, egoarquismo y sexualidad—sublimación, y no represión dogmática; y gracias, por último, al reconocimiento congruente y a la apropiada ortopedia de los sistemas ideo-afectivos aberrantes,

Biblioteca Enrique Encinas | Hospital Víctor Larco Herrera

de las actitudes mentales viciadas: lo cual sólo se consigue por el sistemático análisis psicológico del niño, del sujeto en la prodigiosa época en que la personalidad se plasma y en que los caracteres del hombre de mañana nacen y comienzan a tomar arraigo, en que cabe, por ende, la remodelación, si no la eradicación al *statu nascendi*.

La higiene mental desempeña un papel cardinal en las altas prosecuciones humanistas de la época nueva, de la sociedad *post bellum*. La antigua fórmula de la moral social: el mayor bien para el mayor número, tiende a complementarse con esta otra: el mayor bien para cada uno, según su personalidad. Todo esfuerzo de mejoramiento debe hacerse concreto en cada individuo según sus genuinos valores y posibilidades: el condicionamiento del progreso social tiende a hacerse no sólo genérico, si que también específico, individual, apreciando y desarrollando la singular ecuación psicológica de cada cual, sus líneas de vida tan sin plural como los rasgos de su fisonomía.

Se ve, pues, cuán amplio es el campo de acción de la higiene mental. Aunque su orientación es bien definida por ser unitaria, la práctica de su prosecución requiere gran número de vías y organismos complejos. Con todo, en esta labor se puede distinguir tres modos de esfuerzo: 1º, el de la investigación de los hechos; 2º, la educación de los profesionales y del público; y 3º, la organización institucional de la práctica de la higiene mental.

Con respecto a los hechos, mucho queda por averiguar, aunque se tiene conocimientos precisos acerca de las causas y naturaleza de los desórdenes psíquicos, siendo sabido, por ejemplo, que existen cuatro insanos por cada mil normales; que, por lo menos, el 60 por ciento responden a causas evitables; y que en mayor proporción aún son curables en determinadas condiciones. Para la investigación se requieren institutos especiales, como el fundado en Munich por Kraepelin, y departamentos de investigación en las Clínicas Psiquiátricas y en las Universidades.

Con relación a la educación, no sólo los médicos, sino también los pedagogos, los legisladores, los abogados y los sacerdotes, requieren una instrucción científica y técnica especial. Lo mismo el público, aunque en otra forma, de propaganda organizada, para lo que son necesarias Ligas de Higiene Mental, según el tipo norteamericano.

Respecto a la organización institucional, entre lo más apremiante, y que al mismo tiempo es lo más hacedero y eficaz, sobre todo en un comienzo, es lo relativo a la profilaxia en la infan-

Biblioteca Enrique Encinas | Hospital Víctor Larco Herrera

cia. El número de niños mentalmente anormales, en grado notorio, es inmenso, requiriendo un tratamiento o una educación especiales, por lo menos, el tres por ciento de la masa escolar. Abandonar estos niños entre los normales, es el más culpable de los errores, para el cual no tiene justificación ni el argumento de la imposibilidad económica, pues, precisamente, gastar en la asistencia de esos niños es una medida de rigurosa y bien entendida economía. A este respecto, es oportuno recordar una anécdota bastante significativa. Suecia, como todos los países civilizados, pobres y ricos, gasta ingentes cantidades en la asistencia de la infancia anormal. Informado de la cifra un personaje extranjero, interrogó a un estadista sueco el porqué de suma tan crecida. Este contestó: "Es porque nosotros no somos lo suficientemente ricos para pagarnos el lujo de los gastos que necesita el sostenimiento de los criminales".

La anormalidad mental, sin educación apropiada, es fuente de los más graves males, y no por la anormalidad connata, sino por los hábitos adquiridos con su libre ejercicio—por lo menos en la gran mayoría de los casos. De ahí que la instrucción de la asistencia médico-pedagógica de los anormales sea el primer número de un plan de higiene mental. En el programa sintético de higiene mental escolar que presento, comienzo por ahí, por lo enderezado a evitar el mal mayor, y termino con el establecimiento de las medidas fundamentales para desarrollar el mayor bien posible, gracias, sobre todo, al psicopedanálisis y a la orientación vocacional. De ésta diré algunas palabras, pues del psicopedanálisis y su establecimiento en la escuela me he ocupado extensamente en una de mis comunicaciones al último Congreso del Niño, de Montevideo.

La psicología aplicada presta hoy los más grandes servicios en la solución de los árduos problemas que han surgido en Europa y América en torno a las dificultades de la vida y el rendimiento comercial del trabajo. Gracias al laboratorio de psicotecnia, es posible hoy guiar, con mano segura, a los individuos, en la dirección más conveniente y productiva para ellos y para la colectividad. Con el estudio exhaustivo de las cualidades psicofisiológicas aprovechables de los actuales o futuros trabajadores, sean manuales, sean cerebrales, se consigue, no sólo la utilidad inmediata de orden material, señalada ya, sino aquella de orden moral, tan importante, cual es la harmonía entre la conducta y los sentimientos e ideas. Anula una fuente inmensa de malestar, de desadaptación, de sentimientos de inferioridad y de incapa-

Biblioteca Enrique Encinas | Hospital Víctor Larco Herrera

cidad: con la orientación vocacional psicotécnica, se logra no sólo poner *the right man in the right place*, el ideal de toda civilización bien organizada, sino también poner al individuo en armonía con su mundo externo y consigo mismo, el ideal clásico de bienestar y progreso.

Hoy por hoy, pues, la gran preocupación pedagógica en que colabora hacia el mismo fin meliorista la familia, la escuela, el médico, el psicólogo y el negociante, es la orientación vocacional, industrial, comercial y liberal.

Por eso culmina con ella nuestro programa, el cual no es para ponerse en práctica de golpe, sino por etapas.

I.—PERIODO PREPARATORIO

1º—Establecer un Seminario Psicopedagógico, en el cual se prepare a los maestros en el conocimiento de los niños anormales, para poder conseguir de aquellos la primera selección, la selección *grosso modo* de los escolares que presentan atraso mental, y que después serán diagnosticados por el médico. Gracias a esto será posible el censo de anormales, que es la base indispensable para planear, en sus debidas proporciones, el instituto para tales enfermos del desarrollo psíquico, o sea la Escuela especial. Este Seminario, que estará dotado de un laboratorio de Piscología experimental, preparará en pocas semanas, gracias a cursos prácticos dictados por profesores contratados eventualmente, a los maestros en lo esencial de Anatomía y Fisiología del sistema nervioso, Psicología experimental aplicada a la exploración mental, Exploración y diagnóstico de los niños anormales, Psiquiatría infantil, Criminología infantil, Patología de la palabra.

2º—Estudio de las condiciones actuales de la higiene mental en las escuelas.

3º—Selección primera de los niños sospechosos de anormalidad mental, realizada por los maestros ya preparados en el Seminario.

4º—Diagnóstico y clasificación de los niños anormales, realizadas por el Jefe del Servicio de Higiene Mental ayudado por el personal docente del Seminario.

Biblioteca Enrique Encinas | Hospital Víctor Larco Herrera

II.—PERIODO DE ASISTENCIA MEDICO-PEDAGOGICA

1º—Integración del Seminario para la preparación de profesores de anormales, agregando los cursos de Higiene mental, Ortopedia mental, Tratamiento de las anomalías de la palabra, Pedagogía especial con prácticas de gimnasia rítmica, juegos educativos, trabajos manuales.

2º—Fundación de la Escuela Especial (instituto para niños anormales).

3º—Institución de clases especiales en determinadas escuelas fiscales, para los niños que manifiestan insuficiencias mentales ligeras.

4º—Institución de la inspección psicológica de las escuelas fiscales.

III.—PERIODO DE PERFECCIONAMIENTO DE LA HIGIENE MENTAL ESCOLAR

1º—Institución de clases especiales para niños atrasados en determinadas materias de estudio.

2º—Institución de la enseñanza de Higiene Mental y sexual en las escuelas.

3º—Institución de clases para supernormales o niños precoces.

4º—Institución del examen psicológico y del psicoanálisis de todos los escolares normales, para favorecer una superior y más eficiente adaptación a las condiciones de la vida.

5º—Institución de la orientación profesional o vocacionalista.

6º—Prosecución post-escolar de la vigilancia y ayuda de los anormales adultos, gracias al establecimiento de organismos apropiados.

(Comunicación presentada a la Academia Nacional de Medicina el 2 de setiembre de 1921, por solicitación de la misma en 22 de julio de 1921).

Biblioteca Enrique Encinas | Hospital Víctor Larco Herrera

TRABAJOS RELACIONADOS CON LA HIGIENE MENTAL

publicados por el autor

La neurosis, "El Pequeño Mundo", 1912.

Las grandes cuestiones de la herencia.—Nuevos problemas y teorías biológicas. Tesis para el Bachillerato en Ciencias Naturales, 1914, 114 páginas.

Una explicación de la inferioridad del primogénito y de la influencia de los matrimonios consanguíneos, "Revista Universitaria" Set. 1914; "Crónica Médica" No. 617; "Revista de Criminología, Psiquiatría y Medicina Legal" (Buenos Aires), Nov. 1914; "Revista de Psiquiatría y Neurolojía" (Santiago de Chile), mayo 1918. (En colaboración, siendo la explicación original de Delgado).

El Psicoanálisis, "El Comercio", 1º Enero 1915.

La herencia de los caracteres adquiridos, "Revista Universitaria", junio 1915.

Génesis y tratamiento de la demencia precoz, "Semana Médica" (Buenos Aires), 21 Set. 1916; "Crónica Médica", No. 265.

Errores y prejuicios sobre la locura, "El Comercio", 8 Enero 1917.

Algo sobre etiología y profilaxia de la locura, "Anales de la Facultad de Medicina", Enero 1918; reproducido en "Higia" (Madrid) con el nombre de "Ideas modernas sobre algunos factores de la alienación mental", IV, No. 2. (En colaboración).

El Psicoanálisis. Tesis para el Bachillerato en Medicina. Publicada en los "Anales de la Facultad de Medicina", 1918-1919. Edición corregida en 1919.

La ontogenia del instinto sexual y la subconsciencia, "Revista de Criminología, Psiquiatría y Medicina Legal" (Buenos Aires), marzo 1918; "Higia" (Madrid), junio 1920.

La nueva faz de la psicología normal y clínica, "Revista de Psiquiatría y Disciplinas Conexas", julio 1918; "Revista de Filosofía" (Buenos Aires), julio 1920.

La rehabilitación de la interpretación de los sueños, "Revista de Criminología, Psiquiatría y Medicina Legal" (Buenos Aires), julio 1918.

La psiquiatría Psicológica, "Revista de Psiquiatría y Disciplinas Conexas", enero 1919.

Problemas nacionales de sanidad mental, "Revista de Psiquiatría y Disciplinas Conexas", abril 1919.

El psicoanálisis en la escuela. Comunciación al Congreso del Niño, Montevideo 1919; "Revista de Psiquiatría y Disciplinas Conexas", julio 1919; "El Siglo Médico" (Madrid), 8 y 15 Nov. 1919.

Docencia magna: Enseñanza de la Filosofía de la vida basada en la psicognosia. Comunicación al Congreso del Niño, Montevideo 1919; Filosofía" (Buenos Aires), setiembre 1919.

Los factores biológico y social en la evolución psicológica, "Revista de Filosofía" (Buenos Aires), setiembre 1919.

La psicología de la locura, "El Siglo Médico" (Madrid), 6 setiembre 1919; "La Crónica Médica", No. 675; "Revista de Criminología, Psiquiatría y Medicina Legal" (Buenos Aires), noviembre 1919.

Biblioteca Enrique Encinas | Hospital Víctor Larco Herrera

El desarrollo mental del Niño. Conferencia pronunciada en el Seminario Psicopedagógico el 11 de julio de 1919; "Revista de Psiquiatría y Disciplinas Conexas", octubre 1919.

Significado genético-prospectivo de la experiencia infantil. Seminario Psicopedagógico, 5 de agosto 1919; "Revista de Psiquiatría y Disciplinas Conexas", enero 1920.

La formación de la personalidad y del carácter. Seminario Psico-pedagógico, 2 de setiembre 1919; "Revista de Psiquiatría y Disciplinas Conexas", abril 1920.

El interés infantil y su evolución. Seminario Psicopedagógico, 13 de setiembre 1919.

La imaginación del niño. Seminario Psicopedagógico, 25 de setiembre 1919.

Pequeñas manifestaciones neurósicas en el escolar. Seminario Psicopedagógico, 7 de octubre 1919.

Necesidad de introducir el estudio de la psicología en la instrucción médica, "Semana Médica" (Buenos Aires), 26 de febrero 1920; "El Siglo Médico" 1920; "La Crónica Médica" No. 688.

La órbita social de las funciones psicomédicas, "Mercurio Peruano", marzo 1920; "La República" (Buenos Aires), 31 de diciembre 1919.

La asistencia científica de los alienados, "Plus Ultra" (Madrid), Setiembre y Octubre 1919; "Revista de Criminología, Psiquiatría y Medicina Legal" (Buenos Aires), enero y febrero 1920; "La Crónica Médica", 1920.

Psicología y Fisiología: Relaciones entre el alma y el cuerpo desde el punto de vista médico. Lección inaugural del curso libre de Fisiología General y Humana, junio 1920, "Revista de Psiquiatría y Disciplinas Conexas", julio y octubre 1920.

Femenismo, femineidad y psicoanálisis, "Mundial", 1920.

Acerca de la inspección médica de las escuelas, "El Comercio", 19 de abril 1919.

A propósito de las reformas de la instrucción pública. Necesidad de un instituto de psicopedagogía experimental del indio, "El Comercio", 27 de abril 1919.

La renovación del criterio pedagógico por la psicología, "El Comercio" 4 de mayo 1919.

La humanización de la enseñanza, "El Comercio", 22 de mayo 1919.

Cultura superior sólo para mentalidades superiores, "El Comercio", 27 de mayo 1919.

Asistencia humanitaria y asistencia científica de los alienados, "El Comercio" 16 de mayo 1919.

La readaptación social de los enfermos curados, "El Comercio", 26 de julio 1919.

El trabajo como tratamiento complementario, "El Comercio", 19 de junio 1919.

Organización moderna de los servicios hospitalarios, "El Comercio", 13 de junio 1919.

La higiene mental, "El Comercio", 4 de setiembre 1920.

Psychological Psychiatry, "The Psychoanalytic Review (New York & Wáshington), july. 1920.

Dementia praecox in Peru, "Dementia Praecox Studies. A Journal of Psychiatry of Adolescence", 1921.

Psicología del niño. Libro de 82 páginas, en 8º mayor. 1922.

Defiéndase de la locura! Cartilla de Higiene mental, publicada por la Sociedad de Beneficencia Pública. (En colaboración con el Prof. Dr. H. Valdizán).

Sanmartí y Cía. — 7873 I

Biblioteca Enrique Encinas | Hospital Víctor Larco Herrera